

みつつの輪

発行/みつつの輪編集局
平成29年11月1日発行
医療法人社団 創進会
みつわ台総合病院

INDEX

- ボツリヌス(ボトックス)療法について 1
- インフルエンザ 2
- コラム くすりの学校 睡眠薬のお話し 3
- 院内イベントのお知らせ 4

Webサイトでも
閲覧できます



ボツリヌス(ボトックス)療法について

ボツリヌス療法とは、ボツリヌス菌(食中毒の原因菌)が作り出す天然のたんぱく質(ボツリヌストキシン)を有効成分とする薬を筋肉内に注射する治療法です。

ボツリヌストキシンには、筋肉を緊張させている神経の働きを抑える作用があります。そのためボツリヌストキシンを注射すると、筋肉の緊張をやわらげることができるのです。

ボツリヌス菌そのものを注射するわけではないので、ボツリヌス菌に感染する危険性はありません。

この治療法は世界80カ国以上で認められ、広く使用されています。日本では、手足(上肢・下肢)の痙縮、眼瞼(がんけん)けいれん(瞼が下がってきてしまう病気)、片側顔面けいれん(顔の筋肉が収縮する病気)、痙性斜頸(首が斜めに曲がってしまう病気)、小児脳性まひ患者の下肢痙縮に伴う尖足(つま先が伸び、かかとが床につかない状態)に対して認可され、これまでに10万人以上の人がこの治療法を受けています。

みつわ台総合病院脳神経外科では、上肢・下肢の痙縮治療にボツリヌス(ボトックス)療法を実施しています。

痙縮(手足の筋肉のつっぱり)とは

脳卒中によくみられる運動(機能)障害の一つに痙縮という症状があります。痙縮とは筋肉が緊張しすぎて、手足が動きにくかったり、勝手に動いてしまう状態のことです。

痙縮では、手指が握ったままとなり開こうとしても開きにくい、肘が曲がる、足先が足の裏側のほうに曲がってしまうなどの症状がみられます。

痙縮による姿勢異常が長く続くと、筋肉が固まって関節の運動が制限され(これを拘縮(こうしゅく)といいます)、日常生活に支障が生じてしまいます。また、痙縮がリハビリテーションの障害となることもあるので、痙縮に対する治療が必要となります。

当院では、痙縮の治療にボツリヌス(ボトックス)を用いて治療を行っています。

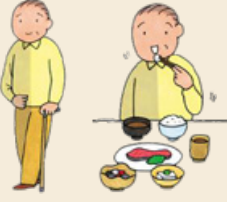



痙縮(けいしゅく)



- 筋肉が緊張しすぎてしまう状態で、手足がこわばったり、つっぱったりします。
- 片まひと同じ側の手足にあらわれることがほとんどです。

ボツリヌス(ボトックス)療法の効果

つっぱったり、こわばっている筋肉に直接お薬を注射します。注射した筋肉のつっぱりやこわばりをやわらげることで、痙縮による痛みを緩和する効果などが期待できます。治療後2、3日で効果が現れ、通常3～4か月持続します。

<p>手足の筋肉がやわらかくなり、動かしやすくなることで、日常生活動作 (ADL) が行いやすくなります。</p> 	<p>リハビリテーションが行いやすくなります。</p> 	<p>関節が固まって動きにくくなったり、変形するのを防ぎます。</p> 	<p>介護の負担が軽くなります。</p> 
---	---	--	--

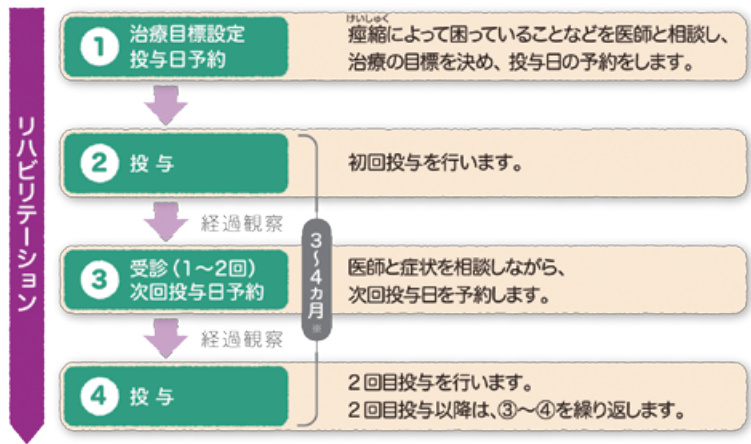
※効果には個人差があります。

ボツリヌス療法の流れ

ボツリヌス療法の効果は、注射後2～3日目から徐々にあらわれ、通常3～4カ月間持続し、その後、効果が徐々に消え、治療を続ける場合には、年に数回、注射を受けることになります。ただし、効果の持続期間には個人差があるので、医師と症状を相談しながら、治療計画を立てていきます。

ボツリヌス (ボトックス) 療法を希望される方は当院脳神経外科の医師、笠井正彦が担当します。

●治療スケジュール例



※次の投与までの期間には個人差があります。

※今回の記事にはグラクソ・スミスクライン株式会社様にご協力をいただきました。

インフルエンザ

今年もインフルエンザの季節が近づいて来ました。季節性のインフルエンザが日本で流行するのは毎年12月～3月頃です。症状の特徴は、38℃以上の発熱・頭痛・関節痛・筋肉痛・全身倦怠感等が急速に現れることです。かかると発症すればとても辛いインフルエンザです。まずは、感染しないために普段から予防を心がけましょう。

インフルエンザを予防する有効な方法として、以下のような方法があります。

●ワクチン接種

インフルエンザワクチンの効果は、感染した場合に発症する可能性を減少させることと、発症した場合の重症化を防止することのふたつと言われています。ですので、ワクチンを接種したからといって絶対にインフルエンザにかからないわけではありません。また、ワクチンの予防効果が期待できるのは、接種した2週間から5か月程度です。そのため、流行が始まる前に接種しておきましょう。

●手指衛生

手洗いが有効なのは手指についたウイルスを物理的に除去できるからです。アルコールによる消毒も効果が高く有効です。ウイルスを持ち込まないために建物や室内に入る前に手洗いや消毒をしておきましょう。



●マスク

一般的な不織布製マスクはウイルスの侵入を完全に防ぐことはできません。しかし、手に付着したウイルスが口や鼻などの粘膜に触れての感染は防ぐことが可能です。また、口や鼻の湿度を適度に保ち粘膜のバリア機能を十分に発揮することができます。もし感染した場合でも、マスクをした方がウイルスの拡散を抑える効果が高いとされています。

●加湿

空気の乾燥は気道粘膜の防御機能を低下させます。また、ウイルスは乾燥により空気中を漂いやすくなります。ですから、インフルエンザにかかりやすくなるのです。特に乾燥しやすい冬期は、加湿器などを使って積極的に加湿しましょう。

●十分な休養と栄養

体の抵抗力を高めるために、十分な休養とバランスのとれた栄養摂取を日ごろから心がけましょう。

●人混みや繁華街への外出を控える

インフルエンザが流行してきたら、体調の優れない方は特に人混みや繁華街への外出を控えましょう。

インフルエンザは、一般的に発症前日から発症後3～7日間はウイルスを排出するとされています。排出されるウイルスの量は解熱とともに減少しますが、解熱後もすぐにウイルスが排出されなくなるわけではないため注意が必要です。

抗インフルエンザ薬は、発症から48時間以内に使用すると発熱期間が通常1～2日間短縮され、ウイルスの排出量も減少するとされています。なお、発症してから48時間以降に使用した場合、体内でウイルスが増えすぎている為に十分な効果は期待できません。効果的な使用のためには早めの治療が重要です。体調に異変を感じたら早めに医療機関へ受診しましょう。



「くすりの学校」の連載では、当院薬剤師より、おくすりのワンポイント解説をいたします。今回は「大人の3人に1人が眠りに悩んでいる、睡眠薬のお話し」です。

何かと悩みや心配事が多い現代。日本睡眠学会によると、実に成人の3人に1人が睡眠に問題を抱えていると言われています。不眠症の人は、まずは生活習慣を見直して見ましょう。お茶やコーヒーなどのカフェインを含む飲み物を控える、適度な運動をする、夜中のお酒を控えるなどが効果的です。

それでも改善しない人には、睡眠薬を使用することがあります。今回は患者さんからよく頂く薬についての質問をまとめてみました。

Q. 睡眠薬はどれくらいで効きますか？

A. 多くの睡眠薬は飲んでから10～30分で眠くなります。ですから、薬を飲むのはベッドに入る直前にしましょう。

Q. 睡眠薬は怖いので、眠れるようになる漢方薬はありませんか？

A. 残念ながら、睡眠に効果があると確認された漢方薬はありません。

Q. 睡眠薬が効かなくなって、どんどん量が増えないか心配です

A. 睡眠薬にも、飲み続けると効果が弱くなりやすい薬もあれば、弱くなりにくい薬もあります。睡眠薬の効果が減った時は、量を増やすだけでなく、薬の種類を変えるという方法もありますので、薬の効果が減った時は主治医にご相談ください。

Q. 薬に依存してしまうのではないかと心配です

A. 昔に比べ、現在使用されている主な薬は依存しにくいように作られています。また、睡眠薬に依存しないための方法として、徐々に薬を減らす、薬を飲まない日を作る、などが挙げられます。ぜひ主治医にご相談ください。

Q. 薬は絶対に飲みたくありませんが、他に直す方法はないでしょうか？

A. 精神科や心療内科では認知行動療法を行っています。何回かのカウンセリングを通して、生活習慣や身体反応を見直す方法です。一部の症状については、睡眠薬よりも効果が高いと考えられています。気になる方はお近くの該当の標榜医にご相談ください。(当院では行っておりません)

睡眠薬は悪いイメージを持つ方が多いですが、正しい使い方をすれば強い味方になります。正しい知識で快適な夜を目指しましょう。

院内イベントのお知らせ

院内コンサートのご案内

♪英国式ブラスバンドコンサート

開催日時 平成29年12月16日(土)
15:00～15:40

申込 不要

奏者 ブリティッシュブラスちば

場所 みつわ台総合病院
西館1階 外来待合フロア

参加費用 無料 (駐車場をご利用の方は
駐車券をお持ちください)



第56回 健康教室のご案内 【みんなで支えあう介護保険】

開催日時 平成29年 11月 18日(土)
14:00～15:00(質疑応答含む)

申込方法 申込用紙に必要事項をご記入いただき、当院の南館1階
総合受付の申込箱にお入れいただくか、**地域医療連携室**
TEL043-251-3030(代)までお電話でお申込ください。

場所 みつわ台総合病院 管理棟 2階会議室

定員 100名(定員になり次第申込は締切とさせていただきます)

講師 千葉県保健福祉局高齢障害部
介護保険管理課 課長補佐 山根 容子氏

参加費用 無料(駐車場をご利用の方は会場受付に駐車券をお持ちください)

※毎年開催している院内展覧会は今年度は見合わせとなりました。ご了承下さい。

健康管理センターからのお知らせ

がん検診を受けましょう。
健康管理センターでは、千葉市がん検診を予約制で実施しております。
生涯のうち約2人に1人が、がんにかかるといわれています。
ご自身の健康管理のためにも、がん検診をおすすめします。
(子宮がん検診は女性医師が対応しています) ※歯周病検診は実施しておりません。
ご予約は、**南館4階健康管理センター窓口**または**お電話**でお問い合わせ下さい。
(ご予約時に千葉市がん検診受診券シールを確認しますので、お手元にご用意下さい。)
健康管理センター(直通)043-254-3201 予約受付時間(平日)8:30～17:00(土曜日)8:30～12:30



健康管理センター所長
石山 礼美子



基本理念

高い徳性と深い知性を培い
生命の尊厳に寄与する

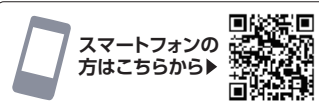
基本方針

1. 医療を通じて地域社会に貢献します
2. 個人の尊厳を尊重した医療を実施します
3. 常に最先かつ最適な医療を提供します

受付時間	午前 8:30より12:00まで
	皮膚科(木曜)
	脳神経外科(土曜) …………… 8:30より11:00まで
	婦人科(月曜) …………… 8:30より11:30まで
	耳鼻咽喉科(土曜)
	午後 13:30より16:30まで
	糖尿外来(水曜・木曜) …………… 13:30より14:30まで
	耳鼻咽喉科(水曜) …………… 13:30より16:00まで
	皮膚科(木曜)
	脳神経外科(月曜・水曜・木曜) …… 15:30より16:30まで

お願い
2科以上
受診の場合は
受付終了
30分前
まで

千葉県若葉区若松町531-486
☎043-251-3030(代)
ホームページアドレス
<http://www.mitsuwadaibyoin.or.jp>



当院は
「日本医療機能評価機構認定病院」
です